Kelas/Semester : XI / 1

Kampatanai Dagar	Materi Pokok/	Kariatan Damhalaiaran	Indikator		Penilaian	Contoh	Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	Sepakbola	Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan ber-kelompok dengan meng-gunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.	Latihan koordinasi teknik dasar (meng-umpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan 	 Tes me-nendan g dan mena-han bola Tes meng-giring bola 	8 X 40 menit	 Bolasepak Lapangan sepakbola Tiang gawang Tiang pancang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
		Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk me-numbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, ke-jujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	Tes	Pengamatan/ observasi	● Bermain sepakbola		Enangga.

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Bolavoli	 Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan mem-bina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	Latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok). Bermain bolavoli dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	 Tes passing bawah Tes passing atas Tes servis Tes smash Bermain bolavoli	8 X 40 menit	 Bolavoli Lapangan bolavoli Net/jarring bolavoli Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Kelas/Semester : XI / 1

	Motori Dokok				Penilaian		Makasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Alokasi Waktu	Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Bolabasket	 Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Bermain bolabasket bola-basket dengan mengguna-kan peraturan yang dimodi-fikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, meng-hargai, semangat, dan percaya diri. 	Latihan koordinasi teknik dasar me-lempar, menangkap, menggiring dan me-nembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok). Bermain bolabasket dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi	 Tes me-lempar dan menangkap bola Tes Meng-giring bola Tes me-nembak Bermain bolabasket 	8 X 40 menit	 Bolabasket Lapangan bolabasket Ring bolabasket Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Nama Sekolah : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Mata Pelajaran Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.2 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	Bulutangkis	 Melakukan koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan mem-bina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	 Latihan `koordinasi teknik dasar me-mukul forehand, memukul backhand, dan servis bulu-tangkis (berpasang-an dan berkelompok) Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi	 Tes pukulan forehand dan backhand Tes servis Bermain bulutangkis	6 X 40 menit	 Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	Softball	 Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar me-lempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koor-dinasi yang baik. Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan mem-bina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	 Latihan koordinasi teknik dasar me-lempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasang-an dan berkelompok) Bermain softball dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi	 Tes me-lempar dan menangkap bola Tes me-mukul bola Bermain softball 	6 X 40 menit	 Glove Bola softball Stik Lapangan softball Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri`**)	Tenis meja	 Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar memukul forehand, memukul back-hand, dan servis tenis meja (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koor-dinasi yang baik. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan mem-bina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	Latihan koordinasi teknik dasar me-mukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok). Bermain tenis meja dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	 Tes pukulan forehand dan backhand Tes servis Bermain tenis meja	6 X 40 menit	 Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.3. Mempraktikkan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Atletik (Lari estafet/ sambung)	 Melakukan latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerak-an lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Perlombaan lari estafet/ sambung dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifi-kasi untuk menumbuhkan dan membina 	●Latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok ●Variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok ●Perlombaan lari estafet/sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/observasi	Gerakan start Gerakan lari Memasuki garis finish Tes lari estafet/ sambung	4 X 40 menit	 Lintasan lari Tongkat estafet Tali pembatas Bendera start Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

nilai-nilai kerjasama, kejujuran,			
menghargai, se-mangat, dan			
percaya diri.			

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk	Contoh	Waktu	Belajar
	i embelajaran			ICKIIK	Instrumen	Instrumen	vvaktu	Delajai
1.3. Mempraktikkan	Atletik	Melakukan teknik dasar lompat	 Teknik dasar lompat 	Tes	Tes	Gerakan	4 X 40	Lintasan
keterampilan	(Lompat jauh)	jauh (awalan, tumpuan,	jauh (awalan,		keterampilan	awalan	menit	lompat jauh
keterampilan atletik		melayang di udara dan	tum-puan, melayang di		 Tes sikap 	Tumpuan		 Bak lompat
dengan		mendarat) dengan koordinasi	udara dan mendarat).		Tes	Melayang di		jauh
menggunakan		yang baik.			penge-tahuan	udara		Kapur
peraturan yang						Mendarat		 Bendera
dimodifikasi serta		Memvariasi dan kombinasi	 Variasi dan kombinasi 	Tes				Peluit
nilai kerjasama,		teknik dasar lompat jauh	teknik dasar lompat					● Sumber: Buku
kejujuran,		(awalan, tumpuan, melayang di	jauh (awalan, tumpuan,					Penjasorkes
menghargai,		udara dan mendarat) dengan	melayang di udara dan					SMA Kelas XI, Drs. Muhajir,
semangat, dan		koordinasi yang baik.	mendarat).					M.Ed. Jakarta:
percaya diri **)					. ,	 Tes lompat 		Erlangga.
		 Perlombaan lompat jauh 	●Perlombaan lompat	Tes	Pengamatan/	jauh .		
		dengan menggunakan	jauh dengan		observasi			
		peratur-an yang dimodifikasi	meng-gunakan					
		untuk menumbuhkan dan						

membina nilai-nilai lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, meng-hargai, semangat dan percaya diri	dimodifikasi.			
semangat, dan percaya diri.				

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
1.4. Mempraktikkan keterampilan salah satu cabang olahraga beladiri serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	Aktivitas Beladiri (Pencak silat)	 Melakukan teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran, dan elakan) yang dilakukan (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Melakukan variasi dan kom-binasi teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tang-kisan, hindaran dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan 	●Teknik dasar pencak silat (pukulan, ten-dangan, tangkisan, hindaran, dan elakan) yang dilakukan (ber-pasangan dan ber-kelompok). ●Variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (pukulan, ten-dangan, tangkisan, hindaran dan elakan) yang dilakukan (ber-pasangan dan ber-kelompok)	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan 	 Tes pukulan Tes tendangan Tes tangkisan 	4 X 40 menit	 Ruangan atau halaman sekolah Arena pencak silat Goong Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

. ,	Pertandingan pencak	_	Pengamatan/		
koordinasi yang baik.	silat menggunakan peraturan yang	Tes	observasi		
Melakukan pertandingan pencak silat menggunakan	di-modifikasi.				
peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan					
membina nilai-nilai kerjasama,					
kejujuran, menghargai, se-mangat, dan percaya diri.					

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

	Materi Pokok/	.k/			Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
2.1. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.	Aktivitas pengembangan	 Melakukan latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. Melakukan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. 	●Latihan berbagai bentuk latihan ke-lincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	 Tes lari cepat 60 m Tes angkat tubuh Tes baring duduk Tes loncat tegak Tes lari 1.000 m/pi Tes lari 1.200 m/pa 	4 X 40 menit	 Lapangan Palang tunggal Matras senam Formulir tes Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

untuk kelincahan, k power dan daya t	Melakukan perlombaan latihan kelincahan, power dan daya tahan menggunakan sitem	power dan daya tahan dalam kebugaran			
kebugaran jasmani c serta nilai t	sirkuit untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri	jasmani.			

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran Indikator Teknil	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar	
3.1. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.	Aktivitas Uji diri/Senam	 Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat 	Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat). Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan	Tes Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	 Tes rang-kaian senam ke-tangkas an Tes rangkaian senam lantai 	4 X 40 menit	 Lapangan Matras senam Kuda-kuda lompat Box Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

3.2. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam	harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.	· ·		
ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.		G,		

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

	Matari Dakak				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
4.1. Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan,	Aktivitas ritmik	Melakukan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik.	●Latihan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan.	Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	● Tes senam ritmik	4 X 40 menit	 Lapangan Tipe recorder Kaset senam ritmik Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI,

toleransi, keluwesan dan estetika. 4.2. Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.	Melakukan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada) secara perorangan maupun kelompok serta nilai ke-disiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik.	Latihan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada).			Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
---	--	---	--	--	--

Nama Sekolah : SMA Mata Pelajaran Kelas/Semester : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

: XI / 1

: 5. Mempraktikkan *salah satu* gaya renang dan loncat indah dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*) Standar Kompetensi

	Materi Pokok/				Penilaian		Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen	Waktu	Belajar
5.1. Mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang untuk pertolongan serta nilai disiplin, kerja keras,	Aktivitas Renang/ Akuatik	 Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya dada 	Latihan gerakan kaki renang gaya dada.	Tes Tes	 Tes keterampilan Tes sikap Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	● Tes renang gaya dada (jarak 50 meter)	8 X 40 menit	 Kolam renang Pelampung renang Kaca mata renang Peluit

keberanian dan tanggungjawab.	dengan koordinasi yang ●Latihan gerakan baik. lengan renang gaya	Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kalas XI
5.2. Mempraktikkan keterampilan loncat indah dari papan satu meter dengan teknik serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.	 Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. Melakukan perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab dan kerja keras. Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada. Perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter). Melakukan latihan loncat 	SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
	indah dari samping kolam renang dengan koordinasi yang baik. •Latihan loncat indah dari samping kolam renang	

Nama Sekolah : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

Standar Kompetensi : 6. Menerapkan budaya hidup sehat.

	Materi Pokok/			Penilaian			Alokasi	Alat/Sumber
Kompetensi Dasar	Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Teknik	Bentuk	Contoh	Waktu	Belajar
	i embelajaran			IGNIIK	Instrumen	Instrumen	vvaktu	Delajai
6.1. Memahami bahaya	Kesehatan/	 Mengidentifikasi bahaya HIV/ 	 Mengidentifikasikan 	Tes	• Tes	● Tes	2 X 40	 Ruang kelas
HIV/AIDS.	Budaya hidup	AIDS yang meliputi:	bahaya HIV/AIDS.		keterampilan	peragaan	menit	Poster
6.2. Memahami cara	sehat	perkembangan HIV/AIDS di			 Tes sikap 	tentang		 Papan tulis
penularan HIV/AIDS.		Indonesia, asal usul penyakit				bahaya		
						HIV/AIDS		

6.3. Memahami cara menghindari penularan HIV/AIDS	HIV/AIDS dar tahapan-tahapan HIV/AIDS menjadi AIDS. Mengidentifikasikan cara menghindari HIV/AIDS melalui cara HIV/AIDS masuk dalam tubuh manusia, masa inkubas virus HIV/AIDS, cara penularar virus HIV/AIDS, gejala awa terinfeksi virus HIV/AIDS dar kelompok beresiko tingg terkena HIV/AIDS.	Mengidentifikasikan cara penularan HIV/ AIDS.	Tes	 Tes penge-tahuan Pengamatan/ observasi 	● Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
	 Mengidentifikasikan cara pen-cegahan virus HIV/AIDS melalui: cara pencegahan virus HIV/AIDS dan obat-obatar untuk menyembuhkan virus HIV/AIDS. 	cara menghindari penularan HIV/AIDS	Tes		